

Hugo Dunkel entrevista – transcrição (incompleta)

Sintomas: insónia, lenhos/cortes/chagas (tipo cieiro) nos dedos, estrutura óssea estalava, compressão nas vértebras, queda de cabelo, cabelos brancos, secura da pele, bruxismo (dentes)

E – entrevistadora

H – Hugo Dunkel

E: Olá Hugo, tu és eletro sensível, fala-me disso um bocado.

H: Sim, então é assim acho que principalmente o mais estranho é que é uma sensibilidade que é pouco conhecida, não é? Nós estamos habituados a sensibilidade a químicos, estamos habituados a sensibilidade a poluição, sensibilidade a stress etc, etc., mas sensibilidade eletro-magnética como é uma coisa muito abstrata as pessoas acabam por ver com olhos muito estranhos e isso muitas vezes é difícil para as próprias pessoas visto que não circula o conhecimento desse tipo de sensibilidade

E: Não há informação sobre isso

H: Pois é é difícil para as pessoas perceberem como é que se sentem, quer dizer, eu quando digo que tenho hipersensibilidade em e as pessoa gozam um bocado eu digo assim: se te cair um piano na cabeça e se tu rachares a cabeça tu percebes que obviamente foi o piano que rachou a cabeça e o que eu sinto é que estamos a usar principalmente computadores e telemóveis, sinto efeitos muito fortes e diferentes sendo tlm ou computador. Também p.e. aqueles fogões de cozinha, sabes aqueles brancos elétricos são muito fortes...

E: Têm um campo elétrico muito forte; portanto és sensível aos campos elétricos?

H: Aos campo elétricos, quer dizer a vários tipos de campos não é, porque...

E: há campos elétricos e há radiação EM, a radiação é dos telemóveis e toda a tecnologia sem fios e os campos elétricos é de aparelhos elétricos que criam um campo elétrico à sua volta. É um bocadinho diferente mas é parecido

H: E quando tu falas até de REM tens a radiação elétrica e a radiação magnética que são radiações diferentes.

E: Pois mas elas interagem, não existe uma sem a outra, então essas interagem sempre.

H: Eu a parte técnica sei pouco porque não é uma coisa que eu me dedique muito muito, muito a estudar, tento me proteger o máximo possível dentro dos possíveis, mas....

E: 2:20 Então fala-me assim dos sintomas que tu sentiste, como é que tu detetaste, em que situações é que tu ficaste doente.

H: Sim, curiosamente, quer dizer eu acho que nós vamos fazer interpretações da nossa saúde e dos nossos sintomas, não é? Isto apareceu há bastante tempo, apareceu há 5 anos mais ou menos já, 4.

E: Que idade é que tinhas?

H: Tinha, ui tenho que fazer contas, não quer dizer pelo menos 5 anos, tinha 24 anos, acho eu; mas eu acho que coincidiu...

E: Foi aos 24 anos que tu te apercebestes que eras eletro-sensível?

E: H: Sim e talvez também derivado a um acontecimento que eu tive, tive uma depressão muito grande em que todo o meu sistema físico ficou muito alterado e

eu acho que isso também abriu portas para uma maior sensibilidade, porque eu sempre fui muito sensível a computadores e a telemóveis, sempre foi alguma coisa que me provocou alguma inflamação, acho que é o que eu mais sinto, acho que é a palavra mais fácil de descrever.

A: Inflamação, como é que são os sintomas?

Lanhos nos dedos

H: 3:23 Os sintomas de inflamação, neste momento são mais pequenos, já foram maiores já tive, posso-te dizer p.e. que as coisas piores que eu tive foi **lenhos muito grandes nos dedos em que sangravam** quando eu trabalhava o computador.

E: Lenhos, mesmo assim, cortes?

H: Só tenho uma fotografia mas envio-te; apareciam-me mesmo cortes grandes nos dedos e isso foi a coisa mais trágica assim visível...

E: Cortes como se fosse uma faca?

H: Não, quase como se fosse um cieiro nos lábios, muito forte e depois a pele começa a...

E: A rachar, tipo chagas

H: Sim, tipo isso. Isso foi das coisas que visualmente se viam mais; pior, pior que isso ou quer dizer, não há escalas, a estrutura óssea estalava toda e sentia-me e ainda sinto um bocadinho uma **compressão muito grande entre a vértebras** que parecia que tinha assim uma compressão muito grande entre as vértebras e muito facilmente se esticasse os braços estalavam as costas e dava-me um alívio muito grande. Esses são as coisas assim piores. Depois tenho vários outros sintomas como, caiem-me muito os cabelos, os cabelos muito rapidamente ficaram, ganho muito facilmente cabelos brancos.

Relação dos sintomas com a radiação

E: E como é que tu te apercebestes que isso vem dos campos elétricos, [barulho] da radiação. [4:40]

H: [...] Porque... Como é que eu me apercebi, apercebi-me por várias...

E: Como é que tu relacionaste os sintomas com a exposição a influências magnéticas? [5:10]

H: Porque é muito automático. Eu trabalho com computador muitas vezes porque faço design gráfico, porque o uso como ferramenta de organização, composição de textos etc., etc., e por mais que eu tente, tive para aí um ano da minha vida em que não usei mesmo o computador porque estava mesmo muito, muito mal e lembro-me que coisa mais difícil que eu fiz nessa altura foi ter dito à minha irmã que ia fazer o convite de casamento dela e tive de ter a minha família toda a obrigar-me a fazer aquilo e eu a chorar profundamente e foi uma tortura, foi assim uma coisa torturante, porque eu era mesmo a única pessoa com capacidade de fazer aquilo naquela altura porque já tinha de ser feito...

E: Trabalhas com artes gráficas

H: Sim, e aliás foi uma das razões que na altura de eu ter acabado o meu curso, que foi um curso ligado a design eu fugi muito dessa área porque não conseguia e não consigo projetar uma vida em que esteja oito horas sentado no computador todos os dias porque é uma coisa que é mesmo muito grave e a forma que eu acho que é muito óbvia é o fato de pe acordo, tomo o pequeno almoço, trabalho muito como free-lancer, e tou a fazer as minhas coisas organizar, fazer

investigação, etc., etc., no momento em que ligo o computador a inflamação é tanta que mexe com o meu sistema digestivo e tenho de ir à casa de banho, automático, logo e pronto fico assim com uma vontade muito grande de ir à casa de banho e vou à casa de banho. (6:30) Isso também [...] que eu já tenho lido também é uma coisa que é frequente que é o fato de as pessoas ficarem com uma vontade muito grande de ir à casa de banho. Outras coisas que me acontecem é a **secura da pele**, eu como agora já estou um bocado melhor, não de todo, uma das coisas que eu noto é principalmente a mão direita que é a mão que eu uso para telemóvel e para o computador, a mão seca, mas em questão de minutos, eu tenho assim a mão, uso o computador e de repente começo a ficar com a mão toda escamada com a pele a sair. Isso é, e aliás, se tu vires vêes que a mão aqui está toda assim aos risquinhos

7:10 E: Tu falaste-me aquilo dos dedos e depois eu apercebi-me que este três dedos que são os que se usam nas teclas, comecei a sentir um ligeiro dorido na ponta dos dedos de trabalhar no portátil, porque no portátil tem a bateria não é, e a bateria tem sempre um campo elétrico forte.

H: Sim, a bateria do computador está debaixo do teclado, todo o transformador

E: particularmente a bateria agora eu pûs teclado externo e estou melhor, quer dizer, não era assim uma coisa mas eu sentia um dorido na pontas dos dedos doridas, polegar, indicador e do meio e agora que uso teclado externo está melhor.

H: por acaso foi engraçado porque na altura uso Macintosh e estava à procura de um teclado Macintosh e não queria comprar novo porque não gosto de comprar coisas informáticas novas então procurei no OLX e encontrei um rato encontrei-me com um rapaz para lhe comprar o teclado e o rapaz era engenheiro geológico qualquer coisa e ele tinha conhecimento da SEM, ficou tão preocupado com a minha questão que até me ofereceu o teclado e o rato porque ele disse não é uma coisa que me afete mas tenho conhecido alguns casos de pessoas que estão assim. [8:44]

Melhorias

E: Portanto já não tens lenhos nos dedos.

H: já não tenho lenhos nos dedos

E: Como é que isso terminou, como é que conseguistes que isso parasse?

H: Olha eu não sei mas é assim eu um das coisas que me vou apercebendo que vou lendo há uma relação muito grande entre o funcionamento da tiroide e do sistema endócrino ou seja sistema [...] glândulas do organismo em relação à proteção que ele tem em relação à radiação e eu tive fadiga adrenal que é basicamente um desequilíbrio no funcionamento nos sistema hormonal tendem a ter problemas da tiróide.

A: Agora aqui já me falta um bocadinho o conhecimento médico para avaliar isso eu sei que a radiação afeta muito a vida das células

H: A tiróide é um dos corpos do nosso organismo que faz mais proteção contra a radiação, até que muitas pessoas que se estiveram em acidentes radioativos tendem a ter problemas de tiróide. Por isso

E: E portanto também tens problemas de tiróide? [9.52]

H: Acredito que o fato de estar a ficar melhor, estou a ser tratado da minha fadiga adrenal, possa estar a fazer com que tenha menos sensibilidade, percebes, mas continua a existir.

Medidas de proteção

E: Pelo menos não reagires tão mal. E os lenhos nos dedos quanto tempo demoravam a curar como curavas? Como uma ferida normal?

10:15

H: É, como uma ferida normal, mas com o inconveniente de que se no dia seguinte tivesse que utilizar o computador na altura em que isso estava muito mal gastei imenso dinheiro em tudo o que era maquinaria eu durmo num lençol que se liga à tomada para fazer uma conexão à terra, comprei umas luvas de proteção, as luvas pioraram porque acho que funcionavam mais como antena do que como proteção que é o que muitas vezes acontece com estes tipos de que em vez de serem projetivos, têm metais envolvidos e os metais funcionam como...

E: Pois, funcionam com jaula de Faraday se calhar, em vez de a radiação ficar de fora fica de dentro.

Auriculares

H: Fica de dentro, claro, por isso pode ter o conveniente de estares protegida ou podes ter o inconveniente de teres a radiação para lá metida

E pronto comprei essas luvas, comprei uma capa para telemóvel, comprei uns auriculares, os auriculares foram o equipamento, juntamente com lençol da cama, foi a coisa mais eficiente que eu comprei, os auriculares são tipo estetoscópios em que as colunas do telemóvel ficam pra aí a dois palmos da orelha e que o som passa por lençol

A: Então os auriculares melhoraram

H: Melhoraram

A: Tu portanto eras, uma coisa tinhas aquela sensibilidade aos campos magnéticos e elétricos e também à radiação. E sentias diferença ou reagistes mais ou menos...?

H: Não é sentia porque ainda sinto, não é passado, simplesmente acho que sinto menos, agora o que eu sinto, as diferenças, sinto diferenças muito grandes pe eu neste momento não tenho que lidar

que era uma coisa que eu usava muito fogão elétrico porque fazia um evento todas as semanas

A. agora usas gás?

H: Agora como já não uso esse equipamento porque uso gás não há tanto essa problemática, o que eu sinto muito é uma diferença entre telemóvel e computador, mas também são as zonas onde tu usas, o 12:20 telemóvel afeta muito a zona dos ouvidos, fico com bocado de **dores de cabeça** e orelhas a doer

A: quando falas com o telemóvel na orelha?

H: Sim, sim

E: quando tens os auriculares fica melhor?

H: Sim, fica melhor. P.e. ontem fiz uma coisa que nunca faço que foi ficar uma hora ao telefone, ao telemóvel que é uma coisa que eu raramente faço mas já não falava há muito tempo com um amigo e principalmente à noite...

A: com auriculares?

H: Não, sem auriculares, isto porque meus auriculares estragaram e são muito caros e...

A: Olha, podia-te arranjar alguns como agora já não uso telemóvel, tenho vários

H: Não eu tenho, eu tenho auriculares, mas aqueles auriculares
A. avariaram facilmente 13:07

Escamação

H: Avariaram. E então o que é que aconteceu, eu escamo muito, a SEM dá muita **escamação na pele** e fiquei com uma ferida aqui na, até te posso mandar depois fotografias para te mostrar isto tudo que estou a dizer porque ontem tirei uma fotografia porque tive ao telefone e esse meu amigo tava a dizer “ó Hugo mas e como está a tua sensibilidade?” eu “ò Vasco, agora está melhor, não sei quê”, “Vê lá se não quiseses falar” eu “ Não não está a custar!”, mas depois chegou ao final e tava com sangue a pingar aqui do olho porque cria muita escamação ou seja acaba por ser uma secura muito grande da pele e pronto, acho que neste momento o que eu sinto mais é principalmente nas mãos, quando pego no tlm ou no computador sinto a pele a secar...

A: Portanto sentes, uma das zonas é a pele?

H: É a pele, sim. E depois tinto, com o computador, sinto se tiver tempos muito longos, depois também há variações, pe, se usar computador com o carregador ligado é diferente, sinto que tem muito menos impacto em mim do que se tiver a usar o computador sem carregador ligado isso poderá fazer algum sentido porque o carregador faz ligação à terra e pode haver um desvio possível de rad, não sei, estou a especular, quer dizer, não tenho esse conhecimento científico, mas...

E: Sim claro, mas vai descrevendo, vai descrevendo. [14:37]

Dores ósseas

H: Ainda tem muito, se usar muito o computador é que fico com muitas dores ósseas, muitas dores de coluna e não posso, simplesmente deixei de usar computador depois do jantar, porque fico muito, muito mal, durmo muito mal.

E: Como explicas isso dos ossos, ou descreve, tenta descrever o sintoma.

H: Eu não tenho reumatismo nem osteoporose mas imagino coisa parecida, os ossos parece que ficam meio, há uma fragilização dos ossos, fico com muita tensão que não sei se será a nível ósseo ou de tendões.

E: Tensão nervosa ou tensão física.

É tensão física parece que andei à porrada, mas é que à porrada sabe melhor porque tem aquele stress que, é diferente, não sei.

E: Que descarrega

H: Que descarrega não é? Mesmo que seja igual a levar porrada. Ali não, parece que é um stress que acumula, acumula, acumula, e que não tem saída e eu decidi, para aí há duas semanas, decidi que não usava mais computador porque tive uma noite péssima em que me começou a doer o corpo de tal maneira que, sinto-me tão mal tão mal...

Dores variadas

E: dores variadas? 15:45

H: Dores variadas, sim são dores tipo, são apertos, é desconforto, é depois **bruxismo**, o bruxismo é quando os teus dentes ficam em tensão e mexem, muito bruxismo também.

E: Portanto o computador é radiação ou o computador está ligado ao wifi?

H: É ambos, acho que

E: Estão sempre ligados ao wifi?

H: Não, com o wifi, eu desligo quando não é preciso mas depois são coisas tão subtis que uma pessoa depois não sabe se roça o psicológico ou se roça o real, percebes, então eu não sei, mas eu acho que em geral sinto muito mais quando estou a usar wifi, e por isso desligo, pe, se preciso fazer uma pesquisa faço uma pesquisa, descarrego o que eu preciso, desligo o wifi e continuo a trabalhar.

E: já experimentaste pôr cabo, internet por cabo?

H: Já, já tive internet por cabo durante muito tempo, mas como mudei de casa usamos um pass da zon, e assim não percebes, acaba por ser uma poupança muito grande, porque obviamente às vezes uma pessoa tem que medir essa poupança.

E: Podemos fazer uma pausa.

PARTE II

H: Mexe muito com o humor de uma pessoa.

E: O medo é que a radiação provoca um choque qualquer, um choque que dá reações químicas dentro do corpo a nível de enzimas e que isso produz medo.

H: É bem possível, é bem possível, quer dizer na medicina tradicional chinesa o medo está relacionado como os rins e está relacionado com o funcionamento dos órgãos por isso é muito normal que tenhas o processo contrário, não é, ao afetar o funcionamento de certas partes tenhas sentimentos que advém desse ou dessa relação. Não sei eu por acaso medo não é uma coisa que sintas muito, sinto é muita ansiedade.

E: Quando digo medo é assim uma coisa, um pânico que vem assim, nem um segundo, é um choque, pac!

H: Eu percebo, é quase como uma coisa forte que não tenha razão quase de ser não é, aparente, não quer dizer que tenhas medo mas de repente aparece a sensação de medo, não é, eu percebo.

E: E que até é assim meio subtil, uma coisa muito subtil, isso eu já notei uma vez ou várias vezes, os sintomas são muito variados realmente.

H: São muito olha p.e. eu conheci um rapaz, o Sérgio que mora cá no Porto, que está a estudar na faculdade de arquitetura que vomita, vomita muito, ele não sente muito sensibilidade com computadores, ele diz que sente mais sensibilidade a antenas de telemóvel e que...

E: Antenas exteriores, aquelas grandes

H: e edifícios altamente eletrificados, etc. etc., e ele vomita muito e anda muito mal está a pensar ir com a namorada viver para o campo porque não consegue estar cá. E há uma rapaz que vinha cá muito que é o Ricardo se não me engano

E. disseste que havia mais pessoas que estariam interessadas em....

H: Ele é amigo da Mónica até e ele está a morar na Lousã.

E: vamos com calma, um de cada vez, agora estou, depois [1:56]

H: Claro, claro, mas não é só para pensar que de fato há vários tipos de sintomas

E: Sim, sim, afeta todos os órgãos, não afeta, pessoa acreditam muito que afeta o cérebro, mas não é só o cérebro, afeta o cérebro sim senhora, mas afetas todos os órgãos, o sangue e tudo, tudo.

H: Essa questão que estás a dizer do sangue eu li alguns estudos, sou membro de uma fundação que faz investigação sobre saúde em geral e eles tiveram um

edição eles tem tipo uma edição todos os meses, todas as estações, fizeram uma edição focada na radiação e tem uma investigação científica em que fizeram análise ao sangue em vários momentos etc etc e de fato há uma alteração muito grande do perfil sanguíneo e obviamente que isso depois vai te afetar todos os órgãos porque o sangue....

E: antes de falar ao telemóvel, depois de falar um minuto, cinco minutos, ta ta ta, fizeram testes assim.

H: sangue é um elemento básico no funcionamento do organismo por isso é normal que depois seja seja o fígado, seja o que for se afete com isso. Ainda por cima, pe, olha uma das coisas que para mim é óbvio e que é uma coisa, eu sou muito interessado em nutrição por isso saio ao campo que me interessa mais, mas pe REM causa muito stress no organismo mesmo, stress crónico, stress cónico **consome imenso magnésio**, e o magnésio quando não tens magnésio tens mais stress então de repente tu a partir de uma exposição à radiação podes começar a entrar numa situação de stress crónico porque é um círculo, um círculo vicioso.

E: E essa associação como é que se chama que tu falaste?

H: Essa associação chama-se Weston A Price é o nome de um dentista, Weston A Price, foi um dentista que fez uma investigação muito grande alimentação e tradições alimentares pelo mundo fora e essa fundação faz investigação, é um grupo de médicos que trabalham muito na procura de fundir várias medicinas alternativas e várias áreas de conhecimento e focam-se em vários temas e essa temática dessa revista era REM, tava muito interessante, falava da forma como a homopatia para fortificar o nosso organismo forma é que a nutrição pode fazer fala de muitos casos, tem assim muitas histórias engraçadas

E: Depois dá-me. Mas agora em relação aos sintomas que tu sentiste, há mais alguma coisa ou queres explicar/descrever melhor. [5:15]

H: Não porque eu acho que é sempre um bocado abstrato sabes dor de cabeça, toda a gente já teve uma dor de cabeça

E: Pois mas uma dor pode ser muitas coisas, uma dor pode ser tipo nódoa negra, breca, arrepio, desconforto, a dor são uma grande panóplia de sensações de desconforto, a dor é muita coisa

H. Sim é por isso que é difícil descrever dores assim, fazendo assim um scan do meu organismo assim para me conseguir lembrar SEM começando pela cabeça é o fato de sentir muito, é automático queda de cabelo quando estou exposto ao computador, cai-me muito o cabelo, vê-se mesmo assim cabelo a cair

E. Ou wireless. Mas sentes uma diferença agora que usas wireless,

H:

E: portanto queda do cabelo é com wireless.

H. Sim, sim até porque quando, eu tive a viver noutra sítio e montei um computador que me era muito mais amigável, tenho ecrã externo, tenho teclado externo, tinha rato externo, tinha o processador do computador longe de mim, tinha a internet ligada por cabo, etc etc, então aí tinha um impacto muito muito menor. Neste momento ainda não tive tempo, não tive espaço para, porque na realidade nossa sala é pequena, não vou instalar o computador no meu quarto porque não quero ter um computador metido no quarto obviamente instalar no quarto

E: E os fios elétricos na parede, também sentes?

H: Não, não sinto obviamente poderá ter influência não é uma coisa que eu sinta logo percebes, não é uma coisa instantânea wireless, electricidade, pelas lâmpadas, seja pelo que for, mas eu não consigo ter essa noção

E:

H: O que é engraçado há um ano fui passar um mês ao Algarve à quinta de uma amiga, a minha qualidade de vida zona muito calma, muito agradável, a minha qualidade de vida, estava tão mais bem disposto, aumentei de peso, vida fora da cidade dependendo do teu ritmo, potencia sempre uma vida mais calma, mas foi impressionante, tipo fiquei com as mãos todas lisinhas, deixei de ter pele seca, dormia muito, muito melhor e portanto foi...

E: E tu assim em criança ou jovem já notavas essas coisas?

H: Não, não, eu acho que as primeiras impactos de sensibilidade que eu tive, mas que não sei se são, na altura não associava à possibilidade de computadores, possivelmente foi aí, foi aos 16 anos começaram a aparecer alguns eczemas só que tu tens stresses muitos de tantos lados, pode ser um stress stress alimentar pode ser stress do computador, pode ser um stress de tantas coisas que são variáveis que tu não consegues dissociar, é por isso que eu te digo há coisas que são óbvias que eu sinto quando pego num computador sinto logo, tipo parece que estou a dar uma volta na barriga e fico logo mesmo muito mal disposto

E: Se calhar também é expectativa

H: Depois é tipo uma pessoa não pode ignorar que temos

E: Estás traumatizado já

H: Pode ser, pode ser também admito, não dá para ignorar que é forte

E: O corpo tem memória da dor e depois hipersensível

H: Pode ser mas eu não acredito que seja só isso porque já dormi noites muito muito más

H: há noites que eu não consigo descrever o mal que aquilo é, acordo de manhã depois de uma noite dessas tratores, rodas de pôr o alcatrão em cima eu acordo e tudo me dói ginástica etc etc só passado 4 horas é que o meu corpo começa a entrar

E:

H: apetece-me ver um filme, coisa que já não faço há duas semanas para cá

1,5m de mim, mas é suficiente para eu ficar muito mal noites mais tardias, eu

boicoto totalmente o prazer de ver um filme é anulado pelo desprazer

Coisas mais graves

E: Não se pode mostrar dores interiores

H: As dores interiores não se conseguem é uma tensão, é uma ansiedade que não tem razão de ser, assim, mas pronto, não consigo dizer muito mais.

Há um mês e meio tive um refluxo, tive um vómito que me aconteceu por estar a trabalhar no computador mesmo comecei a trabalhar veio-me um vómito à boca mas só me aconteceu uma vez

muitas mais coisas sobre isto

E: Acho que já disseste muito

importante dizer é aumentar a consciência de que isto existe deixei de usar mail Passei dois anos mesmo muito mal na minha vida.

E: Deixaste de usar?

H: Email neste momento estou com um momento muito sensível devido REM, coloquei até link do **estado suíço** porque é um dos únicos estados que tem noção disso e os próprios médicos sabem, são informados de que existe essa sensibilidade e coloquei esses links e durante muito tempo as pessoas gozavam comigo

E: É um efeito rebanho, vamos todos atrás.

H: quando lhe estava a dizer tipo sabes, é que dormi muito mal hoje essas coisas do computador não sei quê se ela quiser obviamente, por isso acho mesmo estranho minha mãe acho que já começa a haver mais conhecimento até para se poderem tomar estas estratégias

E: Eu li um texto pilotos, ou sensores, que nos estão a avisar atenção há ali qualquer coisa mal

Todas as pessoas são eletro sensíveis

H: Muitas doenças não são identificadas com tais podes ter muitas causas.

E: E é negócio para eles

H: Oni queria pôr a wifi a funcionar pela eletricidade Ainda bem que não avançou Meu Deus, vou morrer

E: Tá bem, pronto, que idade é que tens?

H: 29

E: E chamas-te?

H: Hugo Dunkel. Tudo direitinho?

E: Agradeço-te muito.